



R6年度 熊本市 介護予防サポーター養成講座

参加費
無料

定員30名

介護予防サポーターとは？

地域における高齢者の積極的な健康づくりや介護予防への取り組みを応援するボランティアです！

【対象：熊本市在住で、介護予防や地域活動に興味のある方】

※スマホ等を活用した介護予防に興味のある方、地域活動に行き詰まりを感じている方、地域活動へのヒントがあります。ぜひご参加ください！

- 本講座では、介護予防サポーターとして必要な知識やスキル、具体的な活動事例を学ぶことができます。
- スマホや、タブレット等のICT機器でLINEやZoomの活用を体験。座談会形式のZoom練習会に参加していただき、新しい形での交流を楽しんでいただく予定です。



■カスタマーセンターを設置しております。
スマートフォン等の操作が不安な方も安心してお申し込みください。

講座の流れと内容

スマホ準備会



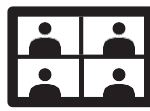
ご自身のスマホやタブレットで**LINE**や**Zoom**を活用できるように設定します。

講座 1



熊本市の高齢者を取り巻く状況、フレイルや介護予防について学びます。

Zoom練習会



ご自身所有の機器や貸与タブレットで**Zoom**の練習をします。

講座 2



通いの場とは何か？地域資源を活用するには？等のテーマでグループワークを実施します。

スマホ準備会	サポーター養成講座 1		Zoom練習会		サポーター養成講座 2	
7月3日（水） ①10:00～ ②11:00～ ③13:30～ ④14:30～ 各会50分程度開催 市民会館シアーズホーム 夢ホール（第9会議室）	北 区	7月10日（水） 9:30～12:00 北区役所 3階大会議室	北 区	7月12日（金） 10:00～11:00 ご自宅からご参加ください	北 区	7月19日（金） 9:30～12:00 北区役所 3階大会議室
	中央 区	7月10日（水） 13:30～16:00 市民会館シアーズホーム 夢ホール（第9会議室）	中央 区	7月12日（金） 13:30～14:30 ご自宅からご参加ください	中央 区	7月19日（金） 13:30～16:00 市民会館シアーズホーム 夢ホール（第7会議室）

【お申し込み・お問合せ】

お申し込み締切は
6月30日（日）

2次元バーコードでお申し込みいただくか、お電話でお申し込み・お問合せくださいませ。



☎ **090-5411-6037**

介護予防で日本を元気にする会

「脳若カスタマーセンター」

受付時間 9時～17時（土日祝・年末年始を除く）

「熊本市介護予防サポーター養成講座」は、熊本市が
NPO法人介護予防で日本を元気にする会に委託した事業です。

お申し込み時にお尋ねします

- ①お名前 ②ご住所 ③お電話番号
- ④スマホ準備会ご希望時間（①～④）
- ⑤スマートフォン
 - ・有（iPhone / Android）
 - ・それ以外の携帯電話
- ⑥タブレット
 - ・有（iPad / Android）
- ⑦パソコン
 - ・有（ノート / デスクトップ）
- ⑧Wi-Fi環境
 - ・有
 - ・無
- ⑨LINEの使用経験
 - ・有
 - ・無
- ⑩Zoomの使用経験
 - ・有
 - ・無

※その他ご質問があればお電話でお伝えください。